

Polievky:

1. Brokolicová s jogurtom Množstvo: 0,33l Alergény: L,M Kcal: 201 KJ: 842
2. Zelerová so zemiakmi Množstvo: 0,33l Alergény: Zeler Kcal: 98 KJ:410

Teplé jedlá:

1. Kurací rezeň na prírodno (cibuľa, cesnak, hrášok, slanina, šunka), slovenská ryža, zeleninový šalát
Hmotnosť: 90-120-190-150 Alergény: L Kcal: 1227 KJ:5137
2. Vyprážené mäsovo – syrové krokety, masťené zemiaky, pikantný dresing
Hmotnosť: 160-260-50 Alergény: L,V,M,Os Kcal:1224 KJ:5125
3. Bravčový plátok v kurkumovom cestíčku posypaný opraženým sezamom, dusená ryža so zeleninou, zeleninová obloha
Hmotnosť: 170-190-70 Alergény: L,V,M,Sezam Kcal:2065 KJ:8646
4. Rizoto s,, hokaido,, tekvicou posypané syrom, zeleninový šalát
Hmotnosť: 350-150 Alergény: M Kcal: 1032 KJ:4321

Zdravá strava – samoobslužný pult:

Mäsité jedlo:

Pečené vykostené kuracie stehno s farebným korením

Ryba / Bezmäsité jedlo:

Cviklové placky, dresing Alergény: V,M

Teplá zelenina:

Dusená kyslá kapusta Alergény: Os

Pečený kaleráb s mrkvou

Príloha:

Pečené zemiaky s horčicou a cibuľou Alergény: Ho

Quinoa

Čerstvá zelenina / šaláty:

Listový

Miešaný (cvikla, mrkva, zeler, pór) Alergény: Zeler

Sterilizovaná zelenina Alergény: Os

Minútky:

21. Halušky s červenou repou, opraženou vňaťkou, cesnakom, cherry paradajkami a mandľami

Hmotnosť: 350 Alergény: L,V,M Kcal: 1087 KJ:4551

22. Pečené morčacie stehno podávané s grilovaným obložením (pečené bataty, slanina, šampiňóny, baklažán, cuketa), kyslá smotana

Hmotnosť: 100-250-20 Alergény: M,Hu Kcal: 1081 KJ:4526

23. Vyprážený syr, hranolky, tatárska omáčka

Hmotnosť: 170-190-50 Alergény: L,V,M,Os Kcal:891 KJ:3731

Minútky premium:

24. „Wasabi burger,, (burger žemľa, hovädzie mleté mäso, wasabi majonéza, syr Irish Cheddar, polníček, červená cibuľa, uhorka šalátová), tortilla chipsy, paradajková salsa

Hmotnosť: 250-30-50 Alergény: L,V,M Kcal: 1163 KJ:4869

V jedálnych lístkoch budú uvádzané alergény, ktoré obsahujú jednotlivé jedlá. Alergény budú uvedené v skratkách podľa priloženej tabuľky pri každom jedle.

L: Lepok a výrobky z nich

A: Arašidy a výrobky z nich

H: Horčica a výrobky z horčice

Sója: Sója a výrobky zo sóje

Vb: Vlčí bôb a výrobky z neho

R: Ryby a výrobky z rýb

Os: Oxid siričitý

S: Sezam a výrobky z nich

O: Orechy a výrobky z orechov

Kôr: Kôrovce a výrobky z nich

M: Mlieko a výrobky z mlieka

V: Vajcia a výrobky z vajec

Z: Zeler a výrobky zo zelleru

Mk: Mäkkýše a výrobky z nich